

## פרויקט נשים 2025

### פרק א' - הסבר כללי על הנבחרת

נבחרת הנשים מהווה מסגרת הישגית המאחדת את מיטב הטריאתלטיות מגיל 15 ועד עלית של איגוד הטריאתלון הישראלי. הנבחרת כוללת מפגשים חד חודשיים הכוללים אימונים, הרצאות, סדנאות ועוד. קיום הנבחרת נועד לקדם את הספורטאיות ולשמש להן כפלטפורמת אימונים, תמיכה, חשיפה לידע ולניסיון מספורטאיות עבר.

### פרק ב' - קריטריון כניסה לנבחרת

1. על מועמדות נבחרת הנשים להיות חברות איגוד לשנת הפעילות 2025, ובעלות אישור רפואי בתוקף.
2. על מנת להתקבל לנבחרת, חובה שהספורטאית תתחרה לפחות ארבע פעמים בשנת 2025 בתחרויות טריאתלון של איגוד הטריאתלון.
3. נבחרת הנשים תכלול 25 ספורטאיות משנתון 2010 ומעלה.
4. טסט צרפתי - יום רביעי 12/3 במכון וינגייט (15:30-19:45).

  - יוזמנו לטסט הצרפתי ספורטאיות אשר סיימו בעשירייה הראשונה לשנתון הלידה שלהם. מאמנים ראשיים של הקבוצות יכולים להמליץ על ספורטאיות נוספות בעלות אופק הישגי אשר לא סיימו בעשירייה באילת.
  - קבלה לנבחרת הנשים על סמך הטסט הצרפתי- 16 ספורטאיות ראשונות משנתון 2010 ומעלה בניכוי הספורטאיות שיתקבלו על סמך סעיפים 5,6.

5. אליפות ישראל 2024 באילת - שלושת המקומות הראשונים בנערות וסופר ספרינט יתקבלו לנבחרת.
6. נבחרת ישראל בטריאתלון - ספורטאיות השייכות לנבחרת ישראל בטריאתלון יתקבלו לנבחרת.
7. קבלה על סמך הישגים במהלך שנת הפעילות - ספורטאיות אשר לא התקבלו לנבחרת בתחילת שנת הפעילות יוכלו להתקבל במהלך השנה, וזאת במידה והן:
  - מסיימות בשלושת המקומות הראשונים בתחרות טריאתלון של איגוד הטריאתלון (לא כולל תחרויות לייט). בסעיף זה ההתייחסות הינו לקטגוריה ולא לשנתון.

### פרק ג' - חובות הספורטאיות בנבחרת

1. חובת נוכחות - הספורטאיות בנבחרת העתודה מחויבות להגיע לכל המפגשים.
2. הרשמה למפגשים - לפני כל מפגש ישלח טופס הרשמה, אותו יש למלא בזמן ובמועד שנקבע.

3. מגבלות ופציעות - במידה וספורטאית פצועה, יש לעדכן את מאמנות הנבחרת מראש כולל התייחסות

של המאמן האישי של הספורטאי.